மூலிகை மணி

மலர் 11] ஆனந்த௵ - பங்குனி௴ [இதழ் 5

வேலூர் மருத்துவர் :- ஆ. இரா. கண்ணப்பர்

(182-வது மூலிகை) [விலை 50-காசு]

திராட்சை

'மூலிகை மணி'

தமிழ் மருத்துவத் திங்கள் இதழ்

ஆசிரியரும் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும்
தினமணி புகழ்

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

ஆண்டு சந்தா ரூ. 6-00   தனி இதழ் 0-50

பங்குனி இதழில்

சிறப்புக் கட்டுரைகள்

மற்றும் வழக்கமான கட்டுரைகள்

இலவசம்

மூலிகை மணிக்கு மூவாண்டு சந்தா ரூ. 18-00 செலுத்துவோருக்கு, எமது தயாரிப்பான ஞாபக சக்திக்குரிய மருந்து "வல்லாரைத் திப்பிலி" (ரூ. 5 விலையுள்ளது) அன்பளிப்பாக அனுப்பப்படும். அன்பர்கள் இவ்வரிய வாய்ப்பினைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவும்.

தொலைபேசி: 445689 (சென்னை)

அலுவலக முகவரி: மூலிகை மணி, 7, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர், சென்னை-17.

வேலூர் முகவரி: மூலிகை மணி, 59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர் (வ.ஆ.)

மூலிகை மணி ஆசிரியர்
அவர்களிடம் நேரில் வந்து ஆலோசனை
பெற விரும்பும் அன்பர்கட்கு

சென்னையில் :- ஞாயிறு முதல் வெள்ளி வரை
ஆறு நாட்களும்.

7, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர்.
சென்னை-17 — போன் : 445689

என்ற முகவரியில் சந்திக்கலாம்.

பஸ்ரூட்

வாணி மகாலில் இறங்கி, 9-ஆம் எண். பஸ்ஸில் ஏறி, திருமலைப் பிள்ளை ரோடில் 'மணியம் ஸ்டோர்ஸ்', இறங்கினால் இரண்டு நிமிடத்தில் மேற்கண்ட முகவரிக்கு வந்துவிடலாம்.

சனிக்கிழமைகளில் மட்டும்

வேலூரில்
59, மாசிலாமணி முதலி வீதி
போன் — 20726 இடத்தில் சந்திக்கலாம்.

ஆஸ்த்மா, குன்மம் மேகநோய்கள், மூலம், கண் நோய்கள் போன்ற நோய்கட்கு குறிப்பிடத்தக்க வகையில் மூலிகை சிகிட்சை அளிக்கப்படும்.

தபால் வழி ஆலோசனை பெற ரூ 2 க்கு போஸ்டல் ஆர்டர் அனுப்பி, ஆலோசனை பெறலாம்.

மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.
7, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர்.
சென்னை-17 — போன் : 445689

வேலூர் —போன்: 20726

மூலிகைமணி வாசகர்கள் வீட்டில் இருக்க வேண்டியவை

1. உடல் வளர்ச்சிக்கும் சக்திக்கும்			
அமிர்த சஞ்சீவி லேகியம்	ரூ.	10	00
2. மூட்டு வலிகளை நீக்கிட			
வாத நோய்த் தைலம்	ரூ.	5	00
3. வயிற்றுக் கோளாறு வாய்வுக்கோளாறுகளைக் களைந்திட			
வாய்வுச் சூரணம்	ரூ.	5	00
4. வயிற்றுக்கு தொல்லைதரும் பூச்சிகள் ஒழிந்திட			
நாக்குப் பூச்சி மாத்திரை	ரூ.	5	00
5. மண்டைவறட்சி நீங்கி குளிர்ச்சி பெற			
மூசுமுசுக்கை தைலம்	ரூ.	5	00
6. புழுவெட்டுத் தைலம்	ரூ.	5	00
7. அடி பட்ட ரணம் காயம் ஆறிட			
ரணசஞ்சீவித் தைலம்	ரூ.	5	00
8. காதுநோய்த் தைலம்	ரூ.	3	00
9. உடலின் எடை அதிகரிக்க			
அமுக்குராவு சூரணம்	ரூ.	5	00
10. பற்களின் பாதுகாப்புக்கு			
கருவேலப்பட்டை பல்பொடி	ரூ.	1	00

தேவையான மருந்துடன் அஞ்சல் செலவு ரூ. 3-00 சேர்த்து

ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M P,

7, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர், சென்னை-17,

என்ற முகவரிக்கு M. O. அனுப்பி பெறலாம்.

உ
முருகன் துணை

வாழ்க உந்தன் திருநாமம்



பல்லவி

வாழ்க உந்தன் திருநாமம்
வாழ்க உந்தன் பேரருளே!

அனுபல்லவி

வையகம் எங்கும் நிறைந்தவனே—வான்
வளருறு மதியென வளர்பவனே!
பொய்யகம் இலலா இடத்தவனே!—எங்கும்
பூரணமான தமிழ் முருகே!

இலக்கிய மாக இனிப்பவனே—எங்கள்
இதயம் எங்கனும் இருப்பவனே!
கலக்கங்கள் எல்லாம் தவிர்ப்பவனே—எம்
கருத்தினில் விளங்கும் மயிலோனே!

(அம்பப்பன் - தமிழாசிரியர்)

மருத்துவத் துணுக்குகள்

○ மலச்சிக்கல்—என்பது சாதாரணமாகத் தோன்றினாலும், நீடித்து இருக்குமேயானால், குன்மம், மூலம், போன்ற நோய்கள் வரும். எனவே, ஆரம்ப நிலையிலேயே மலச்சிக்கலைத் தவிர்க்க, இரு வழிகள்: 1. காரணப் பொருள்களான, மது, மாமிசம், புகையிலை, பீடி, சிகரெட், காபி, டீ ஆகியவற்றை உடனடியாக நிறுத்தவும். இரண்டாவதாக அரைக்கீரை, முருங்கைக்கீரை, பழங்கள் ஆகியவற்றை தினமும் உணவில சேர்க்கவும்.

○ கசகசா 1 டீஸ்பூன் எடுத்து முந்திரிப் பருப்பு 2 சேர்த்து அறைத்து பாலில் கலந்து காய்ச்சி சிறிது கல்கண்டு சேர்த்து சாப்பிட்டு வர, தூக்கம் நன்கு வரும் தூக்க மாத்திரைக்காக ஏக்கமுற்று இறுதியில் வாழ்வைப் பறிகொடுப்பவர்கள், கசகசாவைப் பின்பற்றுவார்களாக!

○ குழந்தை பெற்ற தாய்மார்கள், வாரம் இருமுறை முருங்கைக் கீரை, அம்மான் பச்சரிசி கீரை, பசளிக் கீரை, ஆகியவற்றைப் பருப்புடன் கடைந்து சாப்பிட்டுவர தாய்ப் பால் பெருகும்.

○ முகப்பரு வராமல் தடுக்கவும், வந்த பருக்களின் அடையாளம் போகவும், எலுமிச்சம் பழச்சாறு தினம் இரவில் படுப்பதற்குமுன் முகத்தில் தேய்த்துக் கொண்டு காலையில் கழுவிவிடவும்.

○ மாதுளம் பழம் வயிற்றுக் கோளாறுகளுக்கு மிகவும் நல்லது. பழத்தோல்களை உலர்த்தி தூள் செய்து சர்க்கரை கலந்து, காலை மாலை, இருவேளை ½ டீஸ்பூன் வீதம் வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வர, வயிற்றுப் போக்கு குணமடையும்.

○ வாத நோய் உள்ளவர்கள் 1 'கொத்துமல்லி காபி' சாப்பிட்டு வருவது நல்லது.

○ கீல்வாதம் போன்ற வாத நோய் உள்ளவர்கள், ஆப்பிள் பழம் அடிக்கடி சாப்பிடுவது நல்லது. An apple per day keeps the dactor away.

○ அடிக்கடி விக்கல் வருபவர்கட்கு, புதினாக் கீரை சூப் மிகவும் நல்லது.

உ

முருகா

ஐந்துகரத்தனை யானைமுகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றினை
நந்திமகன்தனை ஞானக்கொழுந்தினைபுந்தியில் வைத்தடிபோற்றுகின்றேனே



எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே. — (தாயுமானவர்)

மலர் 11] ஆனந்த ஞு - பங்குனி மீ [இதழ் - 5

திருத்தணிகை சித்ரா பௌர்ணமி விழா செய்திகள்

திருத்தணிகையில் ஆண்டு தோறும் சித்திரைப் பௌர்ணமி அன்று ஆசிரியர் கண்ணப்பரால் நடத்த பெறும், "பௌர்ணமி விழா" இவ்வாண்டு 15-வது ஆண்டு விழாவாக, கடந்த 25—4—75 அன்று நடை பெற்றது.

கடும் வறட்சி, தண்ணீர் இன்மை ஆகிய காரணங்களால் இரு நாட்கள் நடக்கும் விழா, ஒரு நாள் மட்டுமே நடத்த வேண்டிய நெருக்கடி உண்டாயிற்று. எனினும் விழா வழக்கம்போல் அமைதியாகவும் ஆழ்ந்த இறை நெறியுடனும் நடை பெற்றது.

தவிர்க்க இயலாத சில நெருக்கடி காரணங்களால், விழா பற்றிய அழைப்பினை போதிய அவகாசத்துடன் அனுப்ப இயலவில்லை. எனினும், வழக்கமாக ஆண்டு தோறும் வரும் அன்பர்கள் இவ்வாண்டும் வந்து சிறப்பித்தனர்.

திருத்தணிகை 'தண்ணீர்' என்பதைக் காசு கொடுத்து தான் வாங்க வேண்டிய அளவுக்கு வறட்சியால் பாதிக்கப் பட்டுள்ளது. இந்நிலையில் இரண்டு நாட்கள் விழா நடத்த இயலவில்லை. ஒரு நாள் விழா நடத்துவதற்கே மூன்று நாட்கள் ஊருக்கு வெளியேயிருந்த ஒரு இடத்திலிருந்து 5 ஆட்களை வைத்து தண்ணீர் சேமித்து வைக்கப் பட்டது.

நிகழ்ச்சி விவரம்

25—4—75 வெள்ளிக்கிழமை, காலை, தணிகையிலுள்ள வேலூர் வணிக வைசிய சத்திரத்தில் 7 மணிக்கு ஆசிரியர் குடும்பத்துடன் வந்திருந்த வாசக அன்பர்கள் இறைவழிபாடு நடத்தினர். அதன் பிறகு சிற்றுண்டி வழங்கப் பட்டது.

காலை 10 மணிக்கு. மலை மீது குடிகொண்டுள்ள தணிகைப் பெருமானுக்கு பஞ்சாமிர்த திருமுழுக்கு நடைபெற்றது. அன்பர், கள் பக்தி பாமாலை சூட்ட இறைவனின் திருமுழுக்குக் காட்சி, கழி பேருவகையுடன் நடைபெற்றது.

பகல் 12 மணிக்கு, சத்திரத்தில். அன்பர்கட்கும் அடியவர் கட்கும், அன்னம் பாலிப்பு நடைபெற்றது. ஏறக்குறைய 500 பேருக்கு மேல் அன்னமளிப்பு நடைபெற்றது. அன்று மாலை 6.30 மணிக்கு சென்னை ஓதுவார்கள் திரு. P. A. S. ராஜசேகரனும், திரு லால்குடி சுவாமிநாதனும், வசந்த மண்டபத்தில், தேவார திருமுறைக் கச்சேரி நடத்தினர். 8.30 மணிக்கு சென்னை அன்பர் திரு சங்கர நாராயணன் அவர்கள் 'பாம்பன் சுவாமிகள்' பற்றி சொற்பொழிவு ஆற்றினார்.

இரவு 10.30 மணிக்கு ஆசிரியர் கண்ணப்பர் வெள்ளிப் பூணிட்ட திருத்தண்டத்தினை கையிலேந்தி, முன்னே செல்ல வேலூர் கிளாரினெட் குழுவினர் திரு ராஜகோபால் சகோதரர்கள் வாத்திய முழக்கத்துடன் பூரண மலரலங்காரத்துடன் ஸ்ரீ வள்ளி தேவசேனாபதியாக, தணிகை முருகப்பெருமானின் திருவீதிவுலா முழு நிலவில் நடைபெற்றது.

கடும் வறட்சியிலும், இவ்விழாவினை நடத்த பேருதவி அளித்த வேலூர் வணிக வைசிய சத்திர நிர்வாகிகட்கும், முழுஒத்துழைப்பு நல்கிய, தணிகை சுப்பிரமணிய தேவஸ்தான நிர்வாகிகட்கும், விழாவில் கலந்து கொண்ட அன்பர்கட்கும் இதயங்கனிந்த நன்றியை மூலிகைமணி தெரிவித்துக் கொள்கிறது.

சந்தா அன்பர்கட்கு இவ்விதழுடன் வழக்கம் போல், திருத்தணிகை வேலவனின் திருபழுக்கு பிரசாதம், திருநீறும் குங்குமமும் அனுப்பியுள்ளோம். பெற்றுக் கொண்டு பேரருள் பெறவும். இவ்வாண்டு முழுமையும் நோய் வாரா, நற்பேறும்பெற வேண்டிக் கொள்ளவும்.

சந்தா இல்லாத வாசக அன்பர்கள் திருநீறு பிரசாதம் பெற 25 காசு அஞ்சல் தலை அனுப்பிப் பெறலாம்.

உளங்கனிந்த நன்றியும் -- வாழ்த்தும்

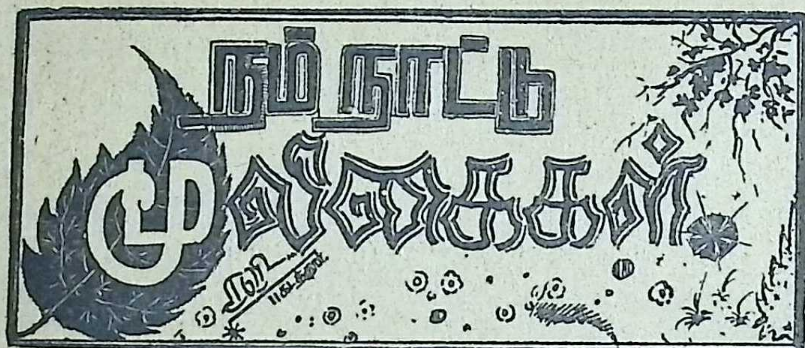
திருத்தணிகை சித்திரைப் பௌர்ணமி விழா கடந்த 15 ஆண்டுகளாக சீரும சிறப்புமாக இடைவிடாது நடைபெற வேண்டி, இலவசமாகவே, சத்திரம், தந்து மற்றும் பலவசதிகளை எவ்வித கைமாறும் கருதாது நல்கிவரும், வேலூர் வணிக வைசிய சத்திர நிர்வாகிகள், அனைவர்க்கும் மூலிகை மணி வாசகர் சார்பாக உளங்கனிந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். குறிப்பாக வேலூர் திரு த. குப்புசாமி செட்டியார், திரு ஜெயவேலு செட்டியார், ஆகியவர்க்கு உளங்கனிந்த நன்றி உரியதாகுக.

தூய சிந்தை உடைய வேலூர் திரு. த குப்புசாமி செட்டியார் அவர்கள் 'பௌர்ணமி' அன்று தமது 70 வயது பூர்த்தியடைந்த செய்தியைக் கேட்டு அவர் பல்லாண்டு வாழ்ந்து அறம் பெருக்கிட வாழ்த்துகிறோம்.

— ஆசிரியர்

உ

முருகா



திராட்சைக் கொடி

[182-வது மூலிகை]

மனிதன் உயிர் வாழ்வதற்கு வேண்டிய சத்துக்கள் அனைத்தும் மண்ணிலே உண்டு. அந்த மண்ணைத் தின்ன முடியாது. அதனால் தான் அந்த மண்ணின் சக்தியை, உறிஞ்சும் பழம், காய், பூ, இலை போன்ற வடிவங்களில் இறைவன் நமக்காகப் படைத் தருளி யுள்ளான். அவ்வகையில், பழங்கள் தரும் சக்தி அளவிடற்கரியது.

“நான் ஆறுமாத காலம் பழவகைகளையே சாப்பிட்டு சோதனை செய்தேன். சரீர வலிமையும், மூளை வலிமையும் சாப்பாடு சாப்பிடும் போது இருந்ததைவிட அதிகமாக இருப்பதை உணர்ந் தேன். மன உறுதியும், உடல் உறுதியும், பழவகைகளைச் சாப்பிடுவதால் நிச்சயம் பெறலாம். நோயைப் போக்கும் அற்புத குணம் பழங்களுக்கு உண்டு.”

என்று பழவகைகளின் மாண்பினை அண்ணல் காந்தியார் கூறுகின்றார்.

பண்டைய வழக்கத்தில் பழங்கள்

பாரத மக்களைப் போன்று இயற்கை வாழ்வு நடத்தியவர்கள் வேறு இலர். பண்டைய உணவு முறையில் இயற்கை உணவுக்குத் தான் முதலிடம். நூறாண்டு காலம் வாழ்ந்த பெரியோர்களின் முத்தான உணவு, கீரைகளும் பழங்களுமே ஆகும்.

"உணவு விஷயத்தில் மனிதன் போதுமான கவனத்தைச் செலுத்தி பழவகைகளைச் சாப்பிட்டு உடல் நலனைக் காத்து அதன் மூலம் ஆண்டவனின் அருள் பெறலாம்" என்று கூறுகின்றார், ஆயூர் வேத முனிவர் பரத்வஜர்.

எனவே, இயற்கையின் இனிய கனிகளே, உணவாகவும், மருந்தாகவும் பயன்படுகிறது.

இவ்வகையில் திராட்சைப் பழம் நோய்களைப் போக்குவதிலும் சரி, ஊட்டமான உடல் சக்திக்கும் சரி, நிகரற்ற வகையில் பலனளிக்கிறது

திராட்சையின் வரலாறு

உலகெங்கும் பரவலாகக் காணப்படும் திராட்சை, பலநூறு ஆண்டுகளாக மக்களின் அன்றாட உணவில் இடம் பெற்றுள்ளது. கிரீஸில் கி.மு. 1000 த்திலேயே திராட்சை மது உணவுப் பொருளாக விற்கப்பட்டது.

ரோமானியர்கள் பலவகைப்பட்ட திராட்சை வகைகளைக் கூறுகின்றார்கள். கி. மு. 200.க்கு முன், சுசுருதர் என்ற ஆயூர் வேத ஆசிரியர், இயற்றிய நூலில் திராட்சை இடம் பெற்றுள்ளது. ஆயூர்வேத மருந்துகள் பலவற்றில் திராட்சை இடம் பெற்றுள்ளது.

தமிழ் நாட்டில் யவனர் வருகையின் போது திராட்சை வந்ததாகக் கருதப்படுகிறது. யவனர் அளித்த மது திராட்சை மதுவெனக் கருதப்படுகிறது. இங்ஙனம் நம்நாட்டு மூலிகைகளில், 'திராட்சைக் கொடி'யும் இறக்குமதி செய்யபபட்ட மூலிகை இனமாகக் கருதலாம்.

சாதாரணமாக காணக் கூடிய கொடியாகையால், இதன் அமைப்பு பற்றி விரிவாக எழுத வேண்டியதில்லை. கொடி இனம். இலைகள், கொத்துக்கள் யாவும் கணுக்களிலிருந்து கிளைக்கும். திராட்சையில் பலவித பிரிவுகள் உண்டு—அவற்றில் சர்ளமாகக் கிடைக்கக் கூடியவை, கறுப்பு, பச்சை, விதையில்லாத திராட்சை, ஆங்கூர் திராட்சை, காபுல் திராட்சை என மக்களறிந்த, பழக்கத்தில் உள்ள வகைகள் இவை. இனி மருத்துவ மகிமையைக் காணலாம்.

பொதுக் குணம்

திராட்சைக் கொடியில் பெரிதும் மருத்துவப் பயனளிப்பது, கனியேயாகும். திராட்சைக் கனியில், பெருமளவு நீருர், மாவுப் பொருளும், உப்புநீர், மற்றும் கொழுப்புச் சத்துக்களும் உண்டு. மிக்க குளிர்ச்சி தருவது. இரத்தமும், தாதும் அபிவிருத்தி அடையும். பித்தத்தைத் தணிக்க வல்லது. இலை, பழம், வித்து ஆகியன மருத்துவ குணம் உடையன. மலத்தை இளகசெய்யும் சிறுநீரைப் பெருக்கிடும். உலர்ந்த திராட்சை, உள்ளுறுப்புகளின் அழலைத் தணிவிக்கும். கோழையை அகற்றும்

உபயோக முறைகள்

திராட்சைக் கனியை இருவகைகளில் பயன் படுத்தலாம். பசுமையாக இருக்கும் பழங்களைப் பயன் படுத்துவது ஒருவகை. காய்ந்த உலர்ந்த பழங்களைப் பயன்படுத்துவது, மற்றொருவகை

பசுமையான திராட்சைப் பழங்கள் இரத்தத்தைச் சுத்தப் படுத்தும். உடலின் சூட்டைத் தணித்து குளிர்ச்சியைத் தரும்.

குழந்தைகட்கு

1 வயது ஆன குழந்தைகட்கு பல்முளைக்கும் போது மலக்கட்டு உண்டாகும். ஜலதோஷம், காய்ச்சல் ஆகியனவும் உண்டாகும். அப்போது, திராட்சைப் பழத்தை பிழிந்தசாறு தினம் இருவேளை, 1 டீஸ்பூன் அளவு கொடுத்துவர, மேற்கண்ட நோய்கள் விலகும்.

இலையின் பயன்

திராட்சை இலையை மிளகு 6 சீரகம் 2 சிட்டிகை, ஆகிய வற்றுடன் கஷாயம் வைத்து குடித்துவர, அஜீரணித்தால் வரும் பேதி தீரும்.

திராட்சைப் பழமும் - குடல் நோயும்

குடல் புண், உள்ளவர்கள் திராட்சை பழச்சாற்றை காலை, பகல், மாலை என மூன்று வேளைக்கு 1 வேளைக்கு 2 அவுன்ஸ் வீதம் சாப்பிட்டு வரவும். குடல் புண் குணமடைவதுடன், வலிமையும் பெறும்.

மேல்வாதம் இரத்த அழுத்தம் உடையவர்கள் கூட இப்பழச் சாற்றைத் தினம் 1 வேளை சாப்பிடுவது நல்லது.

கல்லீரல், மண்ணீரல் ஆகிய சீரண உறுப்புக்களுக்கு திராட்சை வலிமை தருவதுடன் அவை பழுது பட்டால், அதனைத் தீர்க்கும் சக்தியும் கொண்டது திராட்சை.

நாள்பட்ட நோயாளிகள் நலம் பெற்றிட

ஈரல் நோய், காசம், மற்றும் காமாலை, பித்த நோய்களால் தாக்குண்ட நாள்பட்ட நோயாளிகள், காபூல் அல்லது பச்சை திராட்சையைத் தினம் 100 கிராம் அளவு சாப்பிட்டு வர உடல் வலிமை பெற்று சீக்கிரம் தேறும்.

இரத்தம் தூய்மை பெற

தினம் உலர்ந்த திராட்சையோ அல்லது பச்சை திராட்சையோ சாப்பிட்டு வர இரத்தம் தூய்மை பெறும். மேகநோய் உள்ளவர்கள் சாப்பிடுவது தோலின் நிறம் பாதுகாப்புக்குரிய தாகும்.

சூட்டு இருமலுக்கு

கபத்துடன் கூடிய வறட்டு இருமல் வந்தால் அதனைப் போக்க 20 கிராம் உலர்ந்த திராட்சையை நெய்யில் பொரித்து உள்ளுக்குச் சாப்பிட இருமல் குணமாகும்.

இதய வலிமைக்கு

இதய படபடப்பு, பலவீனம் ஆகியவற்றிற்கு திராட்சைப் பழத்தைப் பன்னீரில் ஊற வைத்து அதன் சாற்றைப் பருகி வர இதயம் வலிமை பெறும்.

தாது பலம் பெற

பன்னீர் திராட்சையை ½ டம்ளர் தண்ணீரில் ஊற வைத்துப் பின் பிழிந்து அதே அளவு பசும் பால் கலந்து இரவில் பருகிட தாது பலம் பெறும்

கண் வலிக்கும் புத்தி கூர்மைக்கும்

சீமை அத்திப் பழம் 2, உலர்ந்த திராட்சைப் பழம் 10 கிராம், இரண்டையும் பாலில் கலந்து காய்ச்சி தினம் காலையில் சாப்பிட்டு வர, கண்களுக்கும், மூளைக்கும் நல்ல வளர்ச்சியும் வலிமையும் தரும்.

பெண்களுக்கு

40 வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்களுக்கு வரும் மாத விடாய்த் தொல்லை தீர, திராட்சை ரசம் தினம் 3 அவுன்ஸ் இரு வேளை சாப்பிட்டு வர குணம் பெறலாம்.

பித்த உடம்பினருக்கு

பித்த ஆதிக்கம் உடைய உடம்பினர், இப்பழத்தைத் தினம் சாப்பிட்டு வர கைகால் எரிச்சல், தலைச் சுற்றல் ஆகியன நீங்கும்.

இவ்வளவு அரிய மருத்துவப் பயன் தரும் 'திராட்சை'யின் மகிமையைத் தெரியாத காரணத்தால் தான்,

'சீ சீ! இந்தப் பழம் புளிக்கும்' என்று குள்ளநரி வெறுத்து ஓடி விட்டது போலும்!

குள்ளநரிக்கு தெரியா விட்டால் போகிறது. நம்மவர் தெரிந்து கொண்டு அன்றாட உணவுப் பழக்கத்தில் திராட்சையைப் பழக்கிக்கொண்டால், நோய்வராது தடுக்கலாம். வந்த நோயையும் போக்கலாம்.

விருந்து, மாமிச உணவிற்குக் காசை செலவு செய்வதைவிட திராட்சை போன்ற பழங்களைப் பயன் படுத்துவது செலவிற்கு எளிமையும், உடலுக்கு வலிமையும் பெற வழியன்றோ!

நோயும் மருந்தும்

[இப்பகுதியில், மருத்துவம், நோய்கள் பற்றிய விளக்கம் உணவு பழக்கங்கள், மூலிகைகள் பற்றிய செய்திகள், மற்றும் சித்த மருத்துவம பற்றிய செய்திகள் பற்றிய கேள்விகளுக்கே பதிலளிக்கப்படும். வினாக்களை, "நோயும் மருந்தும்" மூலிகை மணி, எண். 7, அருளாம்பாள் வீதி, தி. நகர். சென்னை-17, முகவரிக்கு அனுப்பலாம். இதுவரை வெளிவந்துள்ள சிறந்த கேள்வி பதில்களைத் தொகுத்து இரண்டு புத்தகங்களாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. ரூ. 6-25 M.O. செய்து மேற்கண்ட முகவரியில் பெறலாம்.

வினா :

ஐயா :

நான் காரில் பயணம் செய்தால் வாந்தி வருகிறது. மயக்கம் வருகிறது. காரை விட்டு இறங்கி ½ மணி கழித்து நன்கு ஆகி விடுகிறது. இதுபோன்று 100க்கு 25 பேர் காரில் பிரயாணம் செய்தால் வாந்தி மயக்கம் தலைசுற்றல் ஏற்படுவதை அனுபவத்தில் நான் பார்த்து வருகிறேன் இதனைத் தடுக்க எளிய சிகிட்சை கூறவும்.

விடை :

சிலருக்கு பித்தநீர் அதிகம் உடலில் தங்குவதால், இவ்விதம் வரக்கூடும். பயணத்திற்கு முன் பாலில் இஞ்சி, சீரகம் போட்டு குடிக்கவும். பயணம் செய்வதற்கு ½ மணி நேரத்திற்குமுன் மோரில் இஞ்சி, கொத்துமல்லி கருவேப்பிலை போட்டு குடிக்கவும். பயணத்தின்போது நாரத்தங்காய் ஊறுகாய் உலர்ந்தது 1 துண்டை வாயில் போட்டுக்கொண்டு சப்பி சாப்பிட்டு கொண்டிருந்தால் வாந்தி வராது கூடியவரை வயிற்றில் எண்ணைப் பொருட்கள், தங்காமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.

வினா :

எனக்கு வயது 67. சுமார் 10 ஆண்டு காலமாக Bronchial ஆஸ்த்மா இருந்து எக்காலமும தொல்லை தருகிறது. சலதோடம் ஏற்படுகிறது. தொண்டையில் கபம் கட்டிககொண்டு மூச்சுத் திணறல் ஏறபடுகிறது. ஆங்கில மருந்துகள தற்கால நிவாரணம் அளிக்கிறது. நிரந்தர குணம பெற சிகிட்சை முறை கூறவும்.

விடை :

நுரையீரல் தாபத்தினால் ஏற்படும் இந்த நோய்க்கு, எளிய சிகிட்சை தூதுவளை, முசுமுசுக்கை - இவ்விரண்டு மூலிகைகளை யும் நெய்விட்டு வதக்கி துவையலாக்கி—தொடர்ந்து 40 நாட்கள் சாப்பிட்டு வரவும். தொல்லைகள் படிப்படியாகக் குறையும். வசதி இருப்பின் நேரில் வந்தால் தகுந்த மருத்துவம் அளித்து குணப்படுத்தலாம்.

வினா :

என் பேத்திக்கு வயது 8. பிறந்தது முதல் தலையில் முடி ஸ்வல்பமாகவும் நீளமில்லாமலும், உதிர்ந்து கொண்டும் வருகிறது. தங்களின் ஆலோசனை தேவை.

விடை :

வாரத்திற்கு 1 நாள், வெந்தயத்தை அரைத்து தலையில் தடவி 10 நிமிடம் ஊற வைத்து பின் தலை முழுகவும். முடி உதிர்வது நிற்கும். எமது தயாரிப்பான 'அவுரித் தைலத்தைத்' தினம் உப யோகித்து வர முடி கருமையாகி செழித்து வளரும்:

வினா :

ஐயா,

கோடை கால வெய்யிலில் வெளியில் சுற்றித் திரியும் அலுவல் உள்ள என் போன்றவர்கட்கு அடிக்கடி நீர் சுருக்கும், நீர் தாரை எரிச்சலும் ஏற்படுகிறது. இதனைப் போக்க எளிய சிகிட்சை கூறவும்.

விடை :

நன்னாரி வேர் சிறிது தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி குடிக்க வும். பகலில் மோர் 2 டம்ளர் குடிக்கவும். முடிந்தால் வாரம் 2 (அ) 3 இளநீர் சாப்பிடலாம். நீர் சுருக்கு வரும்போது புளியங் கொட்டை ஒன்றை வாயில் போட்டு மேல்தோலைச் சுவைத்து சாப் பிடலாம். இவைகள் உடலை குளிர்ச்சியாக்குவதுடன், நீர் சுருக் கையும் தவிர்த்து, எரிச்சலையும் அடக்கும்.

வினா :

ஐயா,

என் உடல் பெருத்து விட்டது. டாக்டர்கள் உடம்பு குறைய வேண்டும் என்று கூறுகிறார்கள். அதற்காக ஆங்கில மருந்துகள்

சாப்பிட்டு வேறு சில நோய்களுக்கு ஆளாக பயமாக இருக்கிறது. இந் நிலையில், தங்களின் மூலிகை சிகிச்சையில் ஏதாவது ஒரு முறையினைக் கூறவும். எளிமையாக இருத்தல் வேண்டும்.

விடை :

எடையும் குறைய வேண்டும்! எளிமையாகவும் இருக்க வேண்டும்! அப்பப்பா! என்ன ஆசை! உங்களைப் போன்றவர்களை மனதில் வைத்துக் கொண்டுதான் இறைவன் எலுமிச்சம் பழத்தைப் படைத்துள்ளான் போலும். கொழுப்புணவையும் அரிசி உணவையும் குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். தினம் எலுமிச்சம் பழச்சாறு 1 அவுன்ஸ், தேன் ½ அவுன்ஸ், தண்ணீர் 4 அவுன்ஸ், மூன்றையும் கலந்து சிறிது சூடுசெய்து காலையில் 1 வேளை மட்டும் சாப்பிட்டு வர, தாங்கள் கோரியபடி எடை குறையும். சக்தி குறையாது.

வினா :

கோடையில் சில பழங்கள் அதிகமாக கிடைக்கின்றன. உதாரணமாக பலாப்பழம், மாம்பழம், சப்போட்டா, ஆகிய பழங்கள் நிறைய கிடைக்கின்றன. இவற்றை நிறைய சாப்பிடுவதால் கெடுதல் உண்டா? என்ன பக்குவத்தில் சாப்பிடுவது? என்ன பலன் பெறலாம்? அறிய அவா?

விடை :

பழங்களின் பொதுத் தன்மை மலச்சிக்கலைத் தீர்க்கும். உடல் வலிமைக்கும், வளர்ச்சிக்கும் பெரிதும் உதவும். கீரைகளும் பழங்களும் இயற்கை அளித்த இணையிலா ஊட்ட உணவாகும்.

பலாப்பழத்தை சாப்பிடுவதால் கெடுதலும் உண்டு. நன்மையும் உண்டு. தசைகளின் வளர்ச்சிக்கும், கழிவுப் பொருட்களை வெளியேற்றவும், உதவுகிறது பலாப்பழம். ஆனால் கூடவே மந்தத்தையும் உண்டு பண்ணும். எனவே, தினம் 2 பலாச்சுளைகளை தேனில் தோய்த்து சாப்பிடுவது நல்லது. குன்மம் போன்ற வயிற்று கோளாறு உள்ளவர்கள் பலாப்பழத்தைப் பயன்படுத்தக் கூடாது.

சப்போட்டா பழம் :

மிகவும் இனிப்புடைய இப்பழம் சாதாரணமாக இரத்த அபிவிருத்திக்காகச் சாப்பிட்டாலும், உஷ்ணத்தை அகற்றவும், வயிற்றுக்கடுப்பைப் போக்கவும் நன்கு பலன் அளிக்கிறது. சப்போட்

உடையவர்கட்கு இப்பழம் மிகவும் நல்லது. வாரத்திற்கு 5 நாட்கள் தினம் 1 பழம் சாப்பிடலாம்; சீதபேதி, இரத்த பேதி ஆகியவற்றை குணமாக்கும் சக்தியுமுடையது இப்பழம்.

மாம்பழம் :

பல்வேறு ஊட்டச் சத்துக்கள் கொண்டது மாம்பழம். இரைப்பைக்கு வலிமை கொடுத்து, பித்தத்தைத் தணிய செய்யும். அஜீரணத்தைத் தடுத்து மலச்சிக்கல் உடைக்கும். இரத்தவிருத்தி வீரியவிருத்தி ஆகியவற்றைக் கொடுக்கும். தினம் 1 மாப்பழம் சாப்பிடலாம். ஆனால் அதற்குப் பிறகு அதன் உள்பருப்பை சுட்டு சாப்பிட வேண்டும். அது மாம்பழத்தால் வரும் சூட்டைத் தணிக்கும்.

வினா :

பௌத்திரம் நோய் வந்து என் நண்பர் ஒருவர் தொல்லைப்படுகின்றார். ஆபரேஷன் செய்து கொள்ள அச்சப்படுகின்றார். மூலிகைச் சிகிச்சை ஒன்று எளிமையாக கூறவும். பத்தியமும கூறவும்.

விடை :

மூலச்சூட்டினாலும், மூலநோய்க் காரணமாகவும் ஏற்படக்கூடிய இந்த நோயை நாள்பட மருந்து சாப்பிடுவதன் மூலம் குணப்படுத்தலாம். ஆரம்பத்திலேயே கீழ்க்கண்ட சிகிச்சையை மேற்கொண்டால் பூரணமாகக் குணம் கிடைக்கும்.

குப்பைமேனி இலையை நன்கு நிழலில் உலர்த்தி தூள் செய்து இடித்து சலித்து, காலை. மாலை இருவேளை இரண்டு (அ) மூன்று சிட்டிகை நெய்யில் குழைத்துண்ணவும். துத்திக் கீரையை, பகல் சாப்பாட்டில் அடிக்கடி சேர்க்கவும்; சிறுகீரை, காரம், மாமிசம் அறவே நீக்கவும். காபி, டீ, புகையிலை, இரவு கண்விழிப்பு ஆகியவற்றை நீக்கி, குளிர்ச்சியான காய்கறிகள், பால், மோர், நெய் ஆரஞ்சு, மாதுளை, சீமை அத்திப்பழம் ஆகியன அடிக்கடி சாப்பிட்டு வந்தால் 40 நாட்களில் இந்த நோய் குணமாகும்.

வினா

என் தாயாருக்கு காலில் பித்த வெடிப்பு உள்ளது. அதனால் அடிக்கடி எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. ஆயின்ட்மென்ட் போட்டும் பயனில்லை இதற்கு என்ன செய்வது?

விடை

அழவனம் என்னும் மருதானி இலை ஒரு கைப்பிடி, மஞ்சள் சிறிது, இரண்டையும் எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டரைத்து இரவில் பற்று போட்டு வரவும். 10 நாட்கள் செய்து வர குணம் கிடைக்கும். காபி, டீ, சாப்பிடுவதை நிறுத்தவும்.

வினா

ஐயா,

ஆன்மிக வாழ்வு, உடல் நலத்தைப் பாதுகாக்கும் என்பதை நம் சமயங்கள் கூறுகின்றன. ஆனால் அவற்றை சில 'சடங்கு களுக்குள்' அடக்குவதால் மேலும் பல குழப்பங்களும், பூசல்களும் வருகின்றனவே யொழிய, உடல்நலப் பாதுகாப்போ' அன்றி உள்ள அமைதியும் வருவதில்லை. எனவே, உடல் காப்பும், உள்ள அமைதியும் தரும் ஆன்மீக ஒழுக்க விதிகளைச் சித்தர்கள் கூறியுள்ளனரா? அறிய அவா!

விடை

'மனமது செம்மையானால் மந்திரம் செபிக்க வேண்டா' என்பது பழமொழி. மனதின் கண் மாசறற வாழ்வை அமைப்பது தான் ஆன்மீக வாழ்வின் முதல்படி. இதற்குத் துணை புரிவது தான் சடங்குகள். உள்ள நிலை சீர்படுமேயானால் உடல் நிலைகளும் சீர்படும். எனவே, சடங்குகளும், வழிபாடுகளும் உடல் காப்பிற்கும், உள்ள அமைதிக்கு மட்டுமே யாகும். வள்ளல் பெருமானின் 'நித்திய ஒழுக்கம்' என்ற பகுதியைப் படித்து பின்பற்றினால் உடல் நலமும், உள்ள அமைதியும் கிடைக்கும்.

வினா

ஐயா

முகப்பருக்கள், கட்டிகள் ஆகியன வாராதிருக்க எளிய வழி ஒன்று கூறவும்.

விடை

எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை இரவு படுக்கும்போது முகத்தில் தேய்த்துக் கொள்ளவும். காலையில் எழுந்ததும், எமது தயாரிப்பான, 'ஸ்நானப்பொடியை'க் கொண்டு முகத்தை அலம்பி வரவும். பருக்களும், கட்டியும் வாராது தோலின் நிறம் பாதுகாக்கப்படும்.

'அகத்தியர் குணவாகடம்' - ஆய்வுக் கட்டுரை—3

நோயும் - தன்மையும்

க. வேங்கடேசன், B. Sc., M.A.,

1. தலை வலி

நம் நாட்டு மருத்துவச் செல்வம் எவ்வளவு உயர்ந்தது, நுட்பமானது, விஞ்ஞான அடிப்படைக் கொண்டது, என்பதை அகத்தியரின் இந்நூலின் ஒன்றைக் கொண்டே நிரூபிக்கலாம். எவ்வித அறிவியல் துணைக் கருவிகளோ, அன்றி எக்ஸ்ரே, மைக்ரோஸ்கோப், போன்ற நோய் நிலை காட்டும் உபகரணங்கள் இன்றி நோய்களின் துல்லியமான நிலைகளையும், பல நூறு ஆண்டுகட்கு முன்பே நுட்பமான குறி குணங்களையும் இந்நூலில் அவர் தெளிவாகக் கூறியுள்ளமை, வியப்பிற்கு மட்டுமல்ல—பெருமை படவும் வேண்டிய செய்தியாகும். 'தலைவலி' பற்றி அவர் விரிவாகக் கூறியுள்ள தன்மைகள், அவரின் 'நோய் கணிக்கு'ம் திறமைக்கு அரிய சான்றாகும்.

நோயின் பெயரும்—வகை தொகையும்

தலைவலி—தலையைப்பற்றி வரும் ஓர்வித நோய்;

அகத்தியர், தலைவலியின் வகையை "தலைவலி தானாறு விதங்களுண்டு பண்பாக ஒவ்வொன்றும் பகரக் கேளாய்" என்று, ஆறுவகைத் தலைவலிகளைப் பட்டியல் படுத்துகின்றார்.

(1) மண்டை எலும்பிற்கு மேலுள்ள தலைச் சதையைப்பற்றி வரும் தலைவலி

(2) சிரசினை மூடியுள்ள சவ்வைப்பற்றிய தலைவலி

(3) தலையிலுள்ள பரிச நரம்புகளைப்பற்றி வரும் தலைவலி

(4) மூளையில் இரத்தம் சேர்ந்து அதனால் உண்டாகும் தலைவலி.

(5) அக்கினி மந்தத்தினுல் வரும் தலைவலி

(6) மூளையைப் பற்றும் பல்வேறு நோயினுல் வரும் தலைவலி

இந்த ஆறுவகைத் தலைவலிகளும், கடுமையான குறி குணங்கள் உடையவை எனவே, இவற்றை முதலில் கூறினர். இவை "மேஜர் தலைவலிகள்" எனலாம்.

இவையன்றி, பிற நோய்கள் தொடர்பாக வரும் தலைவலிகளும் உண்டு எனக் கூறி அவற்றை அகத்தியர்

"சுயமான தலைவலிகள்" எனக் குறிப்பிடுகின்றூர். இதனை நாம் "மைனர் தலைவலிகள்" எனலாம்.

சுயமான தலைவலிகள் வகை

(1) சயரோகம்

(2) காய்ச்சல்

(3) காது வலி

(4) பல் நோய்கள்

(5) குதக நோயால் வரும் தலைவலி
ஆகியவற்றின் தொடர்பால் வரும் தலைவலி. அந்த நோய்கள் தீரும், போது, தானே தலைவலியும் தீரும்.

இங்ஙனம், மேஜர் தலைவலி-6 மைனர் தலைவலி-5 என, 11 வித தலைவலிகளை வகுத்து, அவற்றின் தன்மை, குறி குணங்களை தீரும், தீராத நிலைமை—இறுதியாக—ஒவ்வொன்றிற்கும் மருத்துவம் கூறியுள்ளார் அகத்தியர்.

மேஜர் தலைவலிகள் தன்மை—குறிகுணம்

1. தலைச் சதையைப் பற்றி வரும் தலைவலி

நோய் தாக்கும் பகுதி

தலை எலும்பிற்கு மேலுள்ள தலைச் சதையைப்பற்றி வரும்.

தன்மை—குறிகுணங்கள்

இந் நோயினுல் சிரசில் வேதனை முழுதும் காணும். சில நேரங்களில் வலி தணிந்து காணும்;

புருவங்களை அசைத்தாலும் வலி மிகுந்து காணும்;

தாழ்வாய்க்கட்டை அசைந்தாலும் விண்ணென்று வலி தோன்றும். தலைச் சதைகளை மெல்ல அழுத்தினாலும், விரலால் தட்டினால்கூட நோய் அதிகரிக்கும் என, இந் நோயின் தன்மையை விளக்குகின்றார். இது முதல்நிலை, இது வளரும்போது, முகம், பிடரி, தோள்பட்டை, ஆகியவற்றைப்பற்றி, வலி யெடுத்து, பின்னர் உடலெங்கும் தொடர்ந்து வலியெடுக்கும்.

நோய்க்குரிய காரணங்கள்

இவ்வித தலைநோய்க்குரிய ஒரே காரணத்தை அகத்தியர்,

"கூரான சீதளமே காரணமாகும்" என்பதால், அதிகமான சீதளமே இந்நோய் வருவதற்குரிய காரணமாகக் கொள்ளலாம்.

நோய் தீர்க்க மருந்து

சீதளம் காரணமாக வரும் இந்த தலைவலிக்கு குறிப்பாக எவ்வித மருந்தும் கூறாமல், வாத நோய்க்குரிய மருந்தினைத் தருமாறு கூறுகின்றார். எனவே ஆறுமுக செந்தூரத்தை தினம் இருவேளை 3 அரிசி எடை, திரிகடுகு அல்லது அமுக்கிறாங் கிழங்கு சூரணம் அனுபானத்தில் தேனில்குழைத்து கொடுக்கலாம். சுக்கு, பெருங்காயம், பூண்டு, காமக்கட்டி, இவற்றை தண்ணீர் விட்டு உரைத்து பற்று போட்டு சாம்பிராணி புகை காட்டி வர, இவ்வகைத் தலைவலி தீரலாம்.

2. சிரசினை மூடியுள்ள சவ்வைப் பற்றிய தலைவலி

நோய்தாக்கும் பகுதி

தலை எலும்பின் மேலே மூடியுள்ள சவ்வைப்பற்றி வரும் வலி, இது.

தன்மை—குறிகுணம்

இவ்வகை தலைநோய் ஓரிடத்திலேயே தங்கி தீராத வேதனையைத் தரும்.

அழுத்தினால் அதிகரிக்கும். தலைச் சதைகள் அசைவுற்றால் நோய் அதிகமாகும்.

மார்பெலும்பு, மற்றும் காலெலும்புக்குள் இந்நோய் செல்லும். அவ்வாறு செல்லும் இந்நோய், அவ்விடத்திலேயே தங்கி விடும் போது, விக்கல் தோன்றும்.

நோய் வரும் காரணம்

இந்த வித தலைவலி வரக் காரணம்.

(1) அல்லல் தரும் மனக்கவலைகள்.

(2) சீதளத்தின் ஆதிக்கம்.

(3) தொல்லை தரும் மேகரோகம்.

நோய் நீக்க வழி

இந்த தலைவலியைப் போக்க, மேற்கூறிய காரணங்களை, விலக்கும்போதே குடலில் தங்கியுள்ள துர்மலத்தைப் போக்க வேண்டும் என்பார் அகத்தியர்.

3. பரிச நரம்புகளைப் பற்றிய வரும் தலைவலி

நோய் தாக்கும் பகுதி

தலைப் பகுதியில் உள்ள பரிச நரம்புகளைப் பற்றுதலால் வரும் தலைவலியாகும்.

தன்மை, குறி குணங்கள்

புருவம், நாசி, ஆகிய பகுதிகளில் வேதனை மிகும். தலையின் ஒருபுறத்தே வெப்பமுடன் வலி எடுக்கும். முகம் ஒரு பக்க வலி எடுக்கும்.

இத்தகைய வலி தினந்தோறும் சீதக் காய்ச்சல்போல், விட்டு விட்டு தவறாமல் வரும். சில நாட்கள் இந்த தலைவலி வராமலே இருக்கும். ஆனால் மறுபடியும் வரும். சிலருக்கு அடிக்கடி வரும். இங்ஙனம் ஒரு நிலையின்றி வரும் இந்நோயை, 'ஒருத்தலை நோய்' 'ஒற்றைத் தலைவலி' என்றும் கூறுவர்.

நோய் தோன்றக் காரணம்

சீதளத்தின் விஷக் காற்று ஈட்டிபோல் உடலைத் தாக்குவதால் வருவதாகும்.

நோய் தீர மருந்து

பாடாண வகை மருந்துகளும், அயம் தொடர்புள்ள மருந்துகளைக் கொடுத்தால் இந்நோய் தீருமென்பார் அகத்தியர். முன்னர் கூறிய ஆறுமுக செந்தூரம், திரிகடுகு சூரணத்தை, தேனில் கலந்து கொடுக்கலாம்.

4. மூளையில் இரத்தம் சேர்ந்து அதனால் வரும் தலைவலி

நோய் தாக்கும் பகுதி

உடம்பில் பாய்ந்து வரும் இரத்தம் மூளையில் சேர்ந்துவிடுவதால் வருவதாகும்.

தன்மையும்...குறி குணங்களும்

நெற்றி, பிடரி இவைகளில் வலி அதிகமாகத் தோன்றும்.

கண் சிவத்தல், முகம் சிவத்தல், நாடி பருத்தல், ஆகியன படிப் படியாகத் தோன்றி, முகம் களை இழந்து சோர்வடையும்.

நோய் நீக்கும் மருந்து

இவ் வகை தலை வலிக்கு, குறிப்பாக எவ்வித மருந்தையும் அகத்தியர் கூறவில்லை. மாறாக, நெற்றிப் பொட்டில் உள்ள இரத்தத்தை எடுத்தால் தீரும் என்று கூறுகிறார். இரண சிகிச்சையின் பாற்பட்ட முறை, எனவே வழக்கில் இம்முறை இருக்கின்றதா என்பதை அறிய வேண்டும். இம் முறைக்கு 'குருதி வாங்கல்' என்று பெயர்.

அடுத்து,

கடும் பத்திய முடனிருந்து, பேதிக்கு சாப்பிடுவதன் மூலமும் இந்த தலைவலி போகுமென்று கூறுகிறார்.

5. அக்கினி மந்தத்தினால் வரும் தலைவலி

நோய் தாக்கும் பகுதி

அக்கினி மந்தம் காரணமாக, வரும் இந்த தலைவலி, நெற்றிப் பகுதியை அதிகமாகத் தாக்கும்.

தன்மையும்...குறிகுணங்களும்

வலது கண் மேல் புறமும், இடது புறம் கன்னப் பொறியிலும், நெற்றியின் மேல்புறமும் வலிகள் மிகுந்து காணும் குறிப்பாக, காலையில் எழுந்தவுடன் இந்த தலைவலி தோன்றும்

இந்த தலைவலி இரு நிலைகளை உடையது.

ஆரம்ப நிலையில், மேற்குறித்த குறி குணங்கள் இருந்து, சாப்பாடு சாப்பிட்டால் குணமாகிவிடும். இது அற்பமாக வரும் தலைவலி.

முற்றிய நிலையில், இந்த தலைவலி அதிகமாகும். குமட்டலுடன் வாந்தி உண்டாகும். புத்தி மாறாட்டம் தோன்றும். கண் பார்வை மந்தமாகி, காதில் இரைச்சலுடன் வலியும் உண்டாகும்.

நோய் தோன்றும் காரணம்

முற்றிய நிலையில் வரும் இந்த நோய் வரக் காரணம்.

வயிற்றில் வாய்வு சேர்ந்து கொண்டு, மந்தத்தை உண்டு பண்ணுவதால் வருவது முதற் காரணம்.

அடிக்கடி பேதிக்குச் சாப்பிடுவதாலும் இந்நோய் வர ஏதுவாகும்.

நோய் நீக்கும் வழி

வாந்தியில் பித்தநீர் வெளியேறி விடுமானால், தலைநோய் உடன் தீரும். இதுவே உகந்த வழி என்கின்றார் அகத்தியர். இஞ்சிச் சூரணம் தினம் இருவேளை சாப்பிடலாம்.

6. மூளையைப்பற்றி வரும் தலைவலி

நோய் தாக்கும் பகுதி

மூளை மற்றும் மூளையை சுற்றியுள்ள சவ்வு பகுதிகள், தாபிதம் அடைவதால் வருவதாகும்.

தன்மையும் குறிகுணங்களும்

மூளை தாபிதமடைவதால் வரும் இந் நோயினால், தலைக்குள் வலி மிகும். அதிகமாக சிந்தனைக் குழப்பங்கள் மிகுந்து, தலையை அசைப்பதால் நோய் அதிகமாகும்.

இங்ஙனம் தலைவலி மிகுந்து போவதால், சிலருக்கு, இசிவு, சன்னியும், பாரிச வாதமும் தோன்றும்.

நோய் வரக் காரணம்

காய்ச்சல், சயரோகம், காது நோய்கள், பல், ஈறு நோய்கள் குதக நோய், உஷ்ணம், வாய்வு ஆகியவற்றின் ஆதிக்கத்தாலும், கவலை, ஏக்கம், குன்மம் ஆகிய நோய்கள் வரும்போது, இந்தவித தலைவலி வரும்.

நோய் தீர மருந்து

மூளையில் இரத்தம் பொங்குதலால் வரும் இந்த நோய் தீர, 'அட்டை'யை விட்டு இரத்தத்தை வாங்கிடல் வேண்டும். உடம்பில் வேண்டப்படாது தேங்கும் அசுத்த ரத்தத்தை அக்காலத்தில் வெளியேற்ற 'அட்டை விட்டு இரத்தம் வாங்கல்' என்பது ஒரு முறை. யானைக்கால் வியாதிக்கும் இம்முறை பயன் படுத்தப் படுகிறது.

அடுத்து, நீரை வெளியேற்ற பேதிக்குக் கொடுப்பது நல்லது. கடும் பத்தியத்துடன் மகாவீர மெழுகு கொடுக்க குணமாகும் என்கின்றார் அகத்தியர்.

இங்ஙனம், 'மேஜர் தலைவலிகளை' நுட்பமாகப் புலப்படுத்திய பின், 'மைனர் தலைவலிகளை'க் கீழ்கண்டவாறு விளக்குகின்றார்.

மைனர் தலைவலிகள் - 5

சயம், காய்ச்சல், காதுவலி, பல் நோய்கள், குதகநோய் காரணமாக வரும் தலைவலிகள் நீங்க, முதல் ரோகம் தீருமானால், தலைவலியும் நீங்கும் எனக் கூறி பின்னர், ஒவ்வொன்றிற்கும் தனி மருத்துவமும் கூறுகின்றார்.

குதகத் தலைவலிக்கு

குதகத்தால் வரும் தலைவலிக்கு அயம் சேர்ந்த செந்தூரங்களோ அல்லது அயச் செந்தூரத்தை திரிகடுகு சூரணத்துடன் கொடுக்கத் தீரும்.

காது வலியால் வரும் தலைநோய்தீர

கைகளைத் தலைமீது வைத்தழுத்த தலைநோய் தீரும். அல்லது குளிர்ந்த நீரை தலையிலிட்டால் தலைவலி தீர்க்கும் அல்லது, தாய்ப் பாலை துணியில் நனைத்து நெற்றிமீது போட்டுவரத் தீரும். மற்ற தலைவலிகள் தீர எளிய மருத்துவம்.

காய்ச்சல், சயரோகம், பல் நோய் காரணமாக வரும் தலைவலிகளுக்கு மேற்கண்ட எளிய சிகிச்சைகள் கூறுகின்றார்.

1. சுக்கு (தோல் நீக்கியது), திப்பிலி, மஞ்சள், சதகுப்பை, மிளகு, கற்பூரம்.

ஆகியவற்றை சம எடை எடுத்து, தெளிவாக குன்றிமணி இலைச் சாறு விட்டு மைபோல அரைத்து, ஒரு துணியில் 'பேஸ்ட்' போல் தடவி தலைவலி உள்ள இடத்தில் பற்றுப் போட்டு சாம்பிராணி அனல் காட்டவும். அல்லது, மேற்படி துணியில் தடவிய மருந்தை அப்படியே உருட்டி, திரிபோல செய்து கொளுத்தி, அதன் புகையை உள்ளுக்கு இழுக்கவும், அப்படி இருவேளை செய்துவர தலைவலி விட்டுப்போகும்.

2. அபின், சுக்கு, சாம்பிராணி, கஸ்தூரி, மஞ்சள் ஆகிய நான்கையும் அரைத்துப் பற்றுப் போட்டு, சாம்பிராணி புகை காட்டிவர தலைவலி தீரும்.

3. சந்தனாதித் தைலத்தை அடுத்தடுத்து தலை முழுகி வர தலைவலி போகும்.

4. வேலை இலை, நொச்சி இலை, தும்பை ஆகியவற்றை வேது பிடிப்பதால் முன்கூறிய தலைவலிகள் நீங்கும்.

5. மாவிலங்கச் செடியின் பட்டையைக் காயவைத்து இடித்துக் சலித்து, வறுத்து, ஒத்தடம் கொடுப்பதாலும் முன்கூறிய தலைவலிகள் போகும்.

இங்ஙனம், அகத்தியர் தலைவலியை.

மேஜர் தலைவலிகள்—6 மைனர் தலைவலிகள்—5

என்று பாகுபடுத்தி, ஒவ்வொன்றின் தன்மை, குறிகுணங்கள், தீர்க்கும் மருந்து வகைகளைக் கூறியுள்ள பாங்கு நம் நாட்டு மருத்துவத்தின் பெருமையை வெள்ளிடை மலையாக்கியுள்ளது.

சாதாரணத் 'தலைவலி' என்று ஒதுக்காமலும், வெற்றிலைப் பாக்குக் கடையில் விற்கும் கண்ட மாத்திரைகளை வாங்கி மேலும் சிக்கலாக்கிக் கொள்ளாமல், அகத்தியர் கூறியுள்ளபடி குறி குணங்களை அறிந்து அதற்கேற்ற மருத்துவம் மேற்கொள்வதே சாலச் சிறந்தது.

சித்தர் இலகு மருத்துவம்

கன்ன வலி தீர

பனி காலங்களில் சிலருக்கு, கன்னங்களின் பக்கத்திலும், காதின் அடிப்பாகத்திலும வீக்கம் கண்டு பொறுக்க இயலாத வலி ஏற்படும். இதனை, 'புட்டாளம்மை' என்று கூறுவர். ஆனால் இது புட்டாளம்மை அல்ல. இந்த வீக்கம், வலி நீங்கிட ஓர் எளிய சிகிச்சை :

நாட்டு மருந்து கடையில், கருஞ்சீரகம் என்றொரு மருந்து, இதனை 35 கிராம வாங்கி, வெற்றிலைச் சாற்றில் மைபோல் அறைத்து வீக்கத்தின் மேல பற்று போட்டு, சாம்பிராணி புகை காட்டி வரவும். இங்ஙனம் 5 நாட்கள செய்துவர, வீக்கமும் வலியும் தீரும்.

தொண்டை சதை வளர்ச்சி நீங்க

ஐஸ், போன்ற பொருள்களை அதிகமாகச் சாப்பிடும் குழந்தைகட்கு தொண்டையில் சதை வளர்ச்சி கண்டு சளி, இருமல் ஆகியன அடிக்கடி வரும். குரல் கம்மலும் வரும். இவர்கள் ஐஸ், போன்றவற்றை நீக்கவேண்டும். வெந்நீரில் சீரகம் போட்டுக் காய்ச்சி அடிக்கடி பருகவேண்டும். தலையில் எக்காரணம் பற்றியும் தண்ணீர் படக்கூடாது. இந்நோய்க்கு அகத்தியர் கூறும் மருத்துவம் மிக நல்லது; எளிதானது.

கடுக்காய்ச் சூரணம்	100	கிராம்
திப்பிலி	,,	,,
சித்தரத்தை	,,	,,
வால்மிளகு	200	,,
சாதிக்காய்	35	,,

இவை எல்லாவற்றையும் நிழலில் உலர்த்தி இடித்துப் பொடித்து தூள் செய்து வைத்துக்கொள்ளவும்.

சிறுவர்களுக்கு 5 சிட்டிகை தினம் காலை, மாலை, தேனில் குழைத்து கொடுக்கவும். ஒரு வயதுள்ள குழந்தைக்கு 2 சிட்டிகை வீதம் தினம் தேனில் கொடுக்கவும். இங்ஙனம் 3 மாதம் தொடர்ந்து கொடுத்துவர நோய் பூரண குணமடையும்.

(30-ஆம் பக்கம் பார்க்க)

மூலிகை அகராதி

(சென்ற இதழ் தொடர்ச்சி)

குன்றி

வேறுபெயர்கள் :

குண்டுமணி, குன்றிமணி குன்றிவித்து.
ஆங்கிலம் : Jequirity. தெலுங்கு : குருடுவன்டா, மலையாளம் : குன்றிகுரு, சமஸ்கிருதம் : குன்சா

விபரம் :

கொடிஇனம். இந்தியாவெங்கும் வளரும். வெண்மை, கருமை, செம்மை, மஞ்சள், நீலம் என ஐவகை உண்டு. வெண்மை, கருமை செம்மை ஆகிய இம்மூன்று மட்டுமே பயன்படுவது. வெண்குன்றி மணிவேரை 'அதிமதுரம்' என சிலர் கூறுவர். ஆனல் அதுவல்ல என்று முகமது ஷெரீப்கான் மறுக்கின்ருர்.

உபயோக உறுப்புகள் :

இலை, விதை, வேர். இலை இனிப்புச் சுவையும், விதை கைப்புச்சுவையும், வேர் சிறு கசப்பும் உடையன.

குணதிசயம் :

இலை : மலமிளக்கும். தாபம் எனப்படும் அழலை ஆற்றும் காம உணர்வை பெருக்கிடும். கோழையை அகற்றும்.

விதை: மலக்கட்டை உடைத்து உடல் வலிமை தரும்.

வேர்: வாந்தி உண்டாக்கும். கோழை அகற்றும்.

கூத்தங் குதம்பை

வேறுபெயர் :

கிடைக்கவில்லை

விபரம் :

பலரும் அறிந்த மூலிகை எனக்கூற இயலாது. எனவே வளரும் இடம் முதலியன திட்டமாகக் கூற இயலவில்லை

சுவை :

கார்ப்பு

உபயோக உறுப்பு :

இலை

குணதிசயம் :

வெப்பம் தரக்கூடியது. சூலைநோய்கள், சன்னிபாதம் ஆகியன நீங்கும்.

கூந்தற்பனை

வேறுபெயர்கள் :

தாளிப்பனை, கொண்டைப்பனை, மலைப்பனை. ஆங்கிலம் - **Caryota urens Sago palm.**

விபரம் :

பனைமர வகுப்பைச் சார்ந்தது. பாரதத்தின் வடபகுதிகளில் ஏராளமாய் உண்டு. தென்னிந்தியாவில் மலைப்பிரதேசங்களில் வளர்க்கப் படுகிறது.

சுவை : இனிப்பு, குளிர்ச்சி.

இது பனை வகுப்பைச் சார்ந்திருப்பதால் இதிலிருந்து கள் எடுத்து ஒருவகைச் சாராயம் எடுக்கப் படுகிறது.

குணதிசயம் :

ஓலை கெட்டியாக இருப்பதால் எழுத்தாணி கொண்டு எழுத அக்காலத்தில் பயன்படுத்தினர்.

இதன் குருத்து மலத்தைக் கட்டும். கள்-மலமிளக்கும். விதை, ஒற்றைத் தலைவலியைப் போக்கும்.

கூவைக் கிழங்கு

வேறுபெயர்கள்:

அரருட் கிழங்கு, கூகைக் கிழங்கு. ஆங்கிலம், **Curcuma. Anguctifolia, East Indian Arrow-root** தெலுங்கு-அரருட கடலு, கன்னடம்-கூவ கட, மலையாளம்-குவகிழன்னு.

விபரம்

தோற்றத்தில் மஞ்சள் செடி போலிருக்கும். மலையாளம், கன்னட நாட்டில் அதிகம் பயிராகிறது. நன்ருய் முதிர்ந்த கிழங்கை முறித்துப் பார்த்தால் அதில் மூன்று போல் மங்கலான வட்டங்கள் காணப்படும். நடுமையத்தில் நீல நிறமாயும், அதற்கடுத்து மங்கலான நீல நிறமாகவும், விளிம்பில் வெண்மையாகவும் இருக்கும் நீலநிறமான வட்டததிலுள்ளதே பூரணமானது.

உபயோகஉறுப்பு:

கிழங்கு-மாவு, சுவை-இனிப்பு.

குணுதிசயம்

குளிர்ச்சி தரும். உள்ளுறுப்புகளின் அழலை ஆற்றும். உடலை உரமாக்கி வலிமை தரும். தாகம், இருமல் ஆகியன நீக்கும்

இதன் மாவு எளிதில் ஜீரணமாகும். நோயாளிகளுக்குக் கஞ்சி செய்து கொடுக்கலாம்.

கேழ்வரகு

வேறுபெயர்கள்:

இராகி, கேவரு, கேப்பை, பஞ்சந்தாங்கி. ஆங்கிலம் **Eleusine Coracama Ragi**

தெலுங்கு-ராகுலு, மலையாளம்-ராகி, கன்னடம்-ராகி. சமஸ்கிருதம்-சோமா

விபரம்

தானிய வகைகளில் ஒன்று. சுவை-இனிப்பு, குளிர்ச்சி.

உபயோக உறுப்பு

விதை

குணுதிசயம்

துவர்ப்புச் சுவையுடையது. உடல் வலிமையைப் பெருக்கி வளர்ச்சிக்குதவுவது. பித்த வாதத்தை உண்டு பண்ணும். கேழ்வரகு கூழ், பித்தம் தணியும். களிபலத்தைத் தரும். உழைப்பாளிகளின் உன்னத உணவு. கேழ்வரகு அடை மதுமேக நீரைக் கட்டுப்படுத்தும். கேழ்வரகு மாவைக் களறி கட்டிகளுக்கு வைத்துக் கட்டினுல் கட்டி சீக்கிரம் பழுக்கும்.

(தொடரும்)

தேனின் பெருமை

தேன் - ஒரு - கிருமிக்கொல்லி :

வெறும் தேன்தானே என்று ஒதுக்கி விடாதீர்கள்! இயற்கையின் படைப்பில் எதில் எத்தனை நுட்பமோ! இல்லாவிடில் இனிப்பாகச் சுவைக்கும் தேன் நமக்குத் தீராத நோய்களைத் தருகின்ற நுண்ணுயிர் கிருமிகளைக் கொல்லும் நல்லமருந்தாகமுடியுமா என்ன! ஆம். தேனில் சில, பல கிருமிகள் வாழமுடியாது. அமெரிக்காவில் ஒரு ஆராய்ச்சிக்கூடத்தில் பாக்டீரியா இயல் அறிஞரான மாக்டர் சாக்கெட் என்பவர் மனிதனின் உடலைத் தீனியாகக் கொண்டு அவனைப் பிடித்தாட்டுகின்ற பல நோய்க்கிருமிகளைத் தேனில் செலுத்தி ஆராய்ச்சி மேற்கொண்டார். தேனில் அவை வளர்கின்றனவா, வாழ்கின்றனவா, பெருகுகின்றனவா, மாய்கின்றனவா என்பதே அவர் கேள்விகள். விடை கிடைத்தது. அது

1. குடற்காய்ச்சல் என்று நாமெல்லாம் மிரண்டு துடித்து மாய்கிறோமே, அந்த டைபாயிடு காய்ச்சலை உண்டாக்கும் கிருமிகள் தேனில் 48 மணி நேரத்திற்கு மேல் வாழ முடியவில்லை.

2. டைபாயிடு போன்ற இன்னொரு காய்ச்சலைப் பரப்பும் கிருமியோ 24 மணி நேரத்திற்கு மேல் தேனில் இல்லை.

3. நுரையீரலிலிருந்து வருகின்ற மூச்சுக் குழாய்களை அடைத்து நிமோனியா காய்ச்சலை உண்டாக்குகின்ற கொடிய நோய்க் கிருமிகள் தூய தேனில் நான்கே நாட்களில் மடிந்தன.

4. டைபாயிடு காய்ச்சல் வரும்போது குடலில் புண் ஏற்பட்டு சில சமயம் குடலில் துளை கூட விழுகின்ற அளவிற்குக் கொடுமையாகப் பரவி தொற்று நோயாக இதை பரப்பும் கிருமிகள் ஐந்தாவது நாள் தூய தேனில் அழிந்தன.

5. சீதபேதியைப் பரிசாகத் தந்து மனிதனை வாட்டுகின்ற நோய்க் கிருமிகள் தேனில் பத்து மணி நேரங்களுக்கு மேலே இருக்க முடியவில்லை.

இவை மட்டும் என்பதில்லை; இவை நமக்குத் தெரிந்த சான்றுகள். அவ்வளவே. இவை போன்ற இன்னும் பல பாக்டீரியாக்களும் இப்படியே அழிந்தன; தேன் அழித்தது. இது அராய்ச்சியால் கண்ட முடிவு. வெறும் சொல்லால் கூறும் கதையல்ல, தேன் உணவாக மட்டுமல்ல; நம்மைக் காக்கும் காவலனும் ஆகும்; அதனால் தான் அதை "நன் மருந்து" என்று நம் முன்னோர் அழைத்தனரோ?

தேனில் உள்ள வைட்டமின்கள் :

சிறிது காலத்திற்கு முன்புவரை தேனில் வைட்டமின்கள் என்று சொல்லப்படும் உயிர்ச்சத்துக்கள் ஒன்றுகூட இல்லை என்று நம்பப்பட்டது. ஆனால் அறிவியலின் வளர்ச்சி காரணமாகச் சிறிய அளவில் இருந்தாலும் வைட்டமின்களை ஆராயும் வழிகள் பெருகிய பின்பு தேனிலும் உயிர்ச்சத்துகள் உள்ளன என்று தெரிய வந்தது. தயாமின் B_1, ரிபோப்ளேவின் B_2, நாயசின், பிரிடாக்சின் B_6, வைட்டமின் CK போன்ற பல இருக்கின்றன. ஆனால் இவை மிகவும் சிறிய அளவில் தான் அமைந்துள்ளன. இதனால் பெரிய பயன் ஏதுமில்லை. ஆனால் தேனை உண்ணும்போது - நம் உடலில் ஏற்படும் வளர்சிதை மாற்றத்திற்கு இது ஓரளவாவது பயன் தருகிறது என்பதை நாம் மறுக்க முடியாது. இதிலுள்ள வைட்டமின் C, B_1, B_2, ஆகியவை ஓரளவு கணிசமானவை; அவை மட்டுமல்ல. இந்த அளவு சிதைந்து போகாமல் இறுதி வரை உடலுக்குப் பயன் தருகிறது என்பதே முக்கியம். (மற்ற சில பொருள்களில் வைட்டமின்கள் நசிந்து விடுவதுண்டு).

புத்தகம் பெயர் :-

தேன் — ஆசிரியர் : கி. சுப்பிரமணியம்

விலை ரூ. 1-25. முகவரி:- த. நா. இ. ம. சங்கம், காந்திநகர், மதுரை

சித்தர் இலகு மருத்துவம் (தொடர்ச்சி)

மேல் பூச்சு

தொண்டை சதை வளர்ச்சி அதிகமாகி வலி இருக்குமேயானால், அமுக்கிரான் கிழங்கு, சுக்கு, ஆகிய இரண்டையும் பசும் பாலில் அரைத்து வலி உள்ள இடத்தில், கன்னத்தின் பக்கத்தில் மேல் பூச்சு போட்டு சாம்பிராணி புகை காட்ட வலி குறையும்.

குடல் வீக்கமுற்று அதனால் வரும் பேதி நீற்க

வசம்பும், ஓமமும், சம அளவு எடுத்து வறுத்து இடித்து பொடிசெய்து, ½ டீஸ்பூன் எடுத்து காலை, பகல், மாலை, மூன்று வேளை, தண்ணீரில் சாப்பிட, பேதி நிற்கும்.

மூல வியாதி வலி நீங்க

எலுமிச்சம் பழத்தை இரண்டாக நறுக்கி அதில் இந்துப்பைத் தூவி, அப்படியே வாயில் வைத்து சுவைக்கவும். மூல வியாதியின்போது வரும் இரத்த ஒழுக்கு இதனால் நிற்கும்.

அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை

நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம்

T. K. சுப்ரமணியன் & கோ
103 East Car St., Dindigul-1

ஐயா,

தங்கள் ஆலோசனைப்படி 'நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம்' 1 பாட்டில் பயன் படுத்தினேன். நல்ல பலன் கிடைத்தது. மேற் கொண்டு 1 பாட்டில் அனுப்பவும்.

A. S சுப்பிரமணிய ஐயர்;
நெ. 6 மாசிலாமணி பேட்டை விழுப்புரம்.

பேரன்புடைய A. R. கண்ணப்பர் அவர்கட்கு,

தங்களின் நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம் உபயோகித்து வந்ததில் பார்வை தெளிவாகவும், சதை வளர்ச்சி குறைந்து நல்ல பார்வை தெளிவும் ஏற்பட்டு வருகிறது. நன்றி.

A. சுப்பிரமணிய பிள்ளை
ஆசாரிமார் பிள்ளையார் கோவில் தெரு,
வடசேரி, நாகர் கோவில்.

ஐயா,

கண்களின் கோளாறுகளால் தொல்லைபட்ட நான் தங்களிடம் அசையாத நம்பிக்கை கொண்ட ஒரு பெரியவர் தந்த சிறிது நேத்திரப் பூண்டுத் தைலத்தை என் கண்களில் விட்டு வந்ததில் பெரிதும் பலன் அடைந்தேன். வணக்கம் நன்றி.

N. தனபாக்யம்
37. டி. எஸ். புரம் திருப்பூர்-1

ஐயா,

தங்களின் நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம் உபயோகித்ததில் சிறிது முன்னேற்றம் தெரிகிறது. இன்னும் 1 பாட்டில் அனுப்பவும்.

N. K. R. மூர்த்தி, M. A.,
3 D. C. S. B. Lane, Balarangapuram, Madurai-9

ஐயா,

தங்களுடைய விடா முயற்சியால்தான் இன்று சித்த மருத்துவத்தில் பெரும்பாலான மக்களுக்கு நம்பிக்கை ஏற்பட்டிருக்கிறது என்று மனமார நம்புகிறேன். தாங்கள் கூறியபடி டான்சிலுக்கான மருந்து தயாரித்து இரண்டு மூன்று குழந்தைகட்கு கொடுத்ததில் நல்ல குணம் ஏற்பட்டிருக்கிறது என்பதை பெருமையுடனும், நன்றியுடனும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

M. சண்முக சுந்தரம் - மதுரை - 1.

ஐயா,

தாங்கள் தெரிவித்தபடி தூதுவளையை சாறு எடுத்து கஷாயமாகவும், துவையலாகவும் உபயோகப்படுத்தியதிலிருந்து ஜலதோடம் சளி இவைகள் குணமாகியது. நன்றி.

K. V. குழந்தைவேலு
அருட்பெருஞ்சோதி நிலையம்
கலங்காணி P.O. (Via காரைக்குறிச்சி)
நாமக்கல் (Tk).

உங்கள் அவுரித் தைலம் வாங்கிப் பயன் படுத்தினேன். என்போன்றவர்க்கு நரை முடியை கறுக்கவைத்து பார்வைக்கு அழகு தருகிறது. தைலம் தெய்வீக சக்தி உடையது. இளம நரையைப் போக்குவதிலும், முடி நிறைய வளரவும், அவுரித் தைலம் செய்து அளித்த வகையில் உங்களுக்கு நிறைய புண்ணியம் உண்டு.

மூலிகை மணி அச்சகத்தில் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும், ஆசிரியரும் வேலூர் - மருத்துவர் ஆ. ரா. கண்ணப்பர், (59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-632001. வ.ஆ.)

Regd. No. M. 8354

மூலிகை வளமே நாட்டு வளம்

மூலிகை மணி கண்ணப்பரின்

குடும்ப மருந்து பெட்டி

தமிழ் சித்த மருத்துவ முறைகளைக் கொண்டது

எளிமையான நோய்களைப் போக்கிடும் வலிமையான மருந்துகள்-10 அடங்கிய பெட்டி.

★ காய்ச்சல் ★ வயிற்றுவலி ★ விஷக்கடிகள் ★ தலைவலி ★ இருமல் ★ காதுநோய் ★ ரணங்கள் ★ பேதி ★ அஜீரணம் ★ வாய்வுக் கோளாறு-போன்ற எளிய பத்து நோய்களைப் போக்கும் உயரிய மருந்துகள் அடங்கியது.

குறைக்கப்பட்ட விலை ரூ. 20. பதிவு அஞ்சல் செலவு ரூ. 2-75.
ரூ. 22-75. M. O. செய்து உடனடியாகப் பெறலாம்.

MOOLIGAI MANI

Printed at Mooligai Mani (P) Press, Vellore. N. A.
Printer, Editor & Publisher Dr. A. R. Kannappar, R.M.P.
59, Masilamani Mudali Street Vellore-632001.